広報

あばしり

■9月11日、市内小中学校の「おやじの会」主催による、そばの収穫が大曲湖畔園地で行われました。子どもたちも大勢参加し、日常では体験できない鎌によるそば狩りを通じて収穫の喜びを感じ、自然の中での楽しいひとときを過ごしました。

特集 市職員の人事と給与
「こくほ」特定健診のお知らせ

指定管理事業者の募集
ペレットストーブ購入費の助成
不妊治療費助成事業のお知らせ

10 2011年 No.626

特集

市職員の人事と給与

網走市職員の給与や職員数、勤務条件、服務の状況などを、「網走市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、公表します。
これは、市の人事行政の運営状況などを公表し、その公平性と透明性を高めることを目的として、毎年行っています。

【問い合わせ】職員課 職員係 内線326・334

1 職員の採用・退職と職員数

職員数は、平成22年4月1日現在、360人でしたが、平成23年4月1日現在では356人となり、4人の減となっています。

（1）職員の採用状況

（22年度）

職　種	人　数
一般事務職	13人
計	13人

（2）退職者の状況

（22年度）

事　由	人数
定年・勧奨	9人
自己都合	3人
その他	0人
計	12人

（3）部門別職員数

（各年４月１日現在）

区　分		職員数 22年	職員数 23年	対前年増減数	類似団体（22年）
一般行政	議　会	6	6	0	5
	総　務	56	57	1	80
	税　務	19	19	0	23
	民　生	57	57	0	78
	衛　生	25	24	▲1	33
	労　働	2	2	0	2
	農林水産	25	24	▲1	29
	商　工	10	10	0	11
	土　木	51	50	▲1	34
特別行政	教　育	64	62	▲2	59
小　計		315	311	▲4	354
公営企業等会計	水　道	14	14	0	
	下水道	8	8	0	
	その他	23	23	0	
合　計		360	356	▲4	

※職員数は一般職に属する人数です。（教育長含む）
※類似団体とは、人口規模、産業構造が類似している団体の職員数の人口１万人当たりの数値を算出し、指標としたものです。

（4）級別職員数

（23年4月1日現在）

区　分	標準的な職務	職員数	構成比
1　級	係員	30人	8.4%
2　級		45人	12.7%
3　級	主任	111人	31.3%
4　級	係長、主査	123人	34.6%
5　級	課長、参事	29人	8.2%
6　級	部次長	5人	1.4%
7　級	部長	12人	3.4%

※網走市の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。
※標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務です。

2 職員の給与

職員に支給される給料や主な手当の概要は、（1）から（10）のとおりです。
また、（6）から（9）の職員手当には、民間事業所のボーナスに相当する期末勤勉手当（支給割合は、年間3.95月分）や、扶養手当、通勤手当、時間外手当などがあります。

（5）年齢別職員構成

（各年4月１日現在）

年　齢	22年	23年
20歳未満	0	0
20 ～ 23	9	6
24 ～ 27	28	29
28 ～ 31	29	33
32 ～ 35	36	29
36 ～ 39	66	63
40 ～ 43	39	43
44 ～ 47	29	34
48 ～ 51	40	33
52 ～ 55	41	44
56 ～ 59	42	41
60歳以上	0	0
計	359人	355人

（1）人件費

（22年度普通会計決算）

住民基本台帳人口 H23.3.31	歳出額 A	実質収支	人件費 B	人件費率 B／A	(参考) 前年度人件費率
人	万円	万円	万円	%	%
38,734	2,134,820	57,379	272,225	12.8	13.3

（7）退職手当

（23年4月1日現在）

勤続年数	自己都合の支給率	定年・勧奨の支給率
勤続20年	23.50月分	30.55月分
勤続25年	33.50月分	41.34月分
勤続35年	47.50月分	59.28月分
最高限度額	59.28月分	59.28月分
その他の加算措置	定年前早期退職2 ～ 20%加算	

（8）特殊勤務手当

（23年4月1日現在）

職員全体に占める手当支給職員の割合	10.9%（22年実績）
手当の種類(手当数)	16種類
主な手当支給対象	除雪、排雪作業に従事する職員（1 ～ 3月）
	生活保護等に関する相談業務をした職員
	市税の徴収および滞納処分をした職員

（9）その他手当

（22年度決算）

手当名	支給内訳および支給単価		1人当たり年間平均額
時間外手当	時間単価に一定の率（1.25 ～ 1.75）を乗じた額		227,084円
扶養手当	配偶者	13,000円	137,224円
	扶養親族（配偶者がいない場合は、1人目	6,500円 11,000円）	
	16歳から22歳までの子の加算額	5,000円	
住居手当	持家	8,000円	144,467円
	借家（家賃額5,001円～ 53,000円）	～ 28,000円	
通勤手当（2km以上）	交通機関（バス等）利用の場合	～ 50,000円	32,897円
	交通用具（自動車等）利用の場合（駐車場を借り上げている者の加算額	3,000円～ 21,900円 1,000円）	
管理職手当	部長職	給料月額の12%	63,296円
	次長職、課長職	給料月額の10%	
寒冷地手当（11月～ 3月）	扶養親族がいる場合	23,360円/月	91,632円
	扶養親族がいない場合	13,060円/月	
	その他	8,800円/月	

（2）職員給与費

（22年度決算）

職員数 A	給与費 給料	職員手当	期末勤勉手当	計 B	一人当たり給与費 B／A
人	万円	万円	万円	万円	万円
359	138,879	27,839	47,551	214,269	597

※職員手当には、退職手当を含みません。
※職員数は、平成22年4月1日現在の人数です。

（3）職員の平均年齢など

（23年4月1日現在）

	全職員	一般行政職	技能労務職
平均年齢	42.3歳	41.7歳	45.1歳
平均給料	324,400円	321,000円	336,300円
平均給与	360,793円	361,671円	366,218円
国の平均年齢(22年4月現在)		41.9歳	49.3歳
国の平均給料(22年4月現在)		325,579円	284,514円
国の平均給与(22年4月現在)		395,666円	322,291円

※給料に職員手当(期末勤勉手当・退職手当を除く)などを加えたものが給与となります。

（4）ラスパイレス指数

22年	98.6
21年	98.0
20年	98.3

※ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与水準を100とした場合の給与水準を単純平均したものです。

（5）初任給

（23年度）

区分	初任給
大学卒	172,200円
高校卒	140,100円

（6）期末・勤勉手当

年間平均額（22年度）	132万円
期末手当	2.60月分
勤勉手当	1.35月分
加算措置の状況	2.5～5.0%

（10）特別職の給料など

（23年4月1日現在）

区分		給料月額（議員は報酬月額）	期末手当（22年度支給割合）	退職手当（算定方式）	退職手当（支給時期）
特別職	市長	760,000円 （950,000円）	3.95月分 役職加算（5%）	給料月額×在職年数×5.23	任期ごと
	副市長	684,000円 （760,000円）		給料月額×在職年数×4.37	任期ごと
	教育長	611,800円 （665,000円）		給料月額×在職年数×3.33	任期ごと
	監査委員	553,900円 （602,000円）		給料月額×在職年数×2.66	任期ごと
市議	議長	471,000円	3.95月分 役職加算（10%）		
	副議長	415,000円			
	議員	380,000円			

※給料の（ ）書きは、減額措置を行う前の金額です。

3 職員の勤務時間など

職員の勤務時間は、午前8時45分から午後5時30分の間で、休憩時間を除いた1日7時間45分となっています。

休日は、原則として土・日曜日、祝日・振替休日、年末年始（12月31日から翌年1月5日）です。

休暇は、原則として年間20日の年次有給休暇が与えられるほか、必要最低限の期間、療養のために与えられる病気休暇や、結婚、忌引、産前産後、ドナー、ボランティアなどのために与えられる特別休暇があります。

年次有給休暇の取得状況　（22年）

対象職員数	付与日数	取得日数	平均取得日数
358人	13,759日	2,992.8日	8.4日

※職員数は、平成22年12月31日現在の人数です。

4 職員の処分など

職員は全体の奉仕者として公共の利益のために勤務し、全力で職務を遂行しなければなりません。

分限処分は、公務能率を維持することを目的として、心身の故障や職に必要な適格性を欠くなど一定の理由がある場合に、職員の意に反する不利益な身分上の変動をもたらす処分です。その種類として、免職、降任および休職があります。

懲戒処分は、職員が法令や職務上の義務等に違反した場合に道義的責任を問うことにより、公務における規律と秩序を維持することを目的とする処分です。その種類として、免職、停職、減給および戒告があります。

処分の状況　（22年度）

区分		処分者数
分限処分	免職	
	休職	2人
	降任	
	降給	
懲戒処分	免職	
	停職	
	減給	
	戒告	

5 職員の研修

職員に対する研修は、職務の遂行に必要な知識、技能および教養の向上と公務員意識の養成を図るため、職種や勤務年数、役職等に応じて体系的に実施しています。

平成22年度の研修実施状況は、基礎研修55人、特別研修101人、派遣研修32人の合計188人となっています。

6 福利および災害補償

i 厚生福利制度

職員の厚生制度として地方公務員法第42条に基づき、網走市職員厚生会を設置し、職員の元気回復、その他厚生に関する事業を行っています。

この互助会は、職員の会費および市の交付金などで運営されています。

平成22年度の会費総額は1，035万円、市交付金額は、276万円（一人当たり7，600円）となっています。

また、職員の共済制度は、地方公務員等共済組合法に基づき、職員と市において負担する財源により、長期給付事業（年金）、短期給付事業（医療関係）、福祉事業（健康事業等）を行っています。

ii 公務災害補償

公務上および通勤途上の災害によって、負傷等または死亡した場合には、地方公務員災害補償基金から一定の補償が行われます。

平成22年度は、傷病3件の補償が行われました。

7 その他

職員は、給与、勤務時間その他の勤務条件に関し、懲戒その他意に反する不利益な処分を受けたときは、公平委員会に対し申し立てをすることができます。

平成22年度に、勤務条件・不利益処分に関する措置の要求はありませんでした。

このほか、紙面の都合で省略した内容は、市のホームページでご覧いただけます。

こくほ 特定健診のお知らせ

こくほ（国民健康保険）に加入されている四十歳～七十五歳未満の方は年に1回、個人負担無料で『特定健康診査』受けることができます。

『特定健康診査（特定健診）』は、自覚症状がなく進行する「生活習慣病」をみつけるチャンスです。

今まで受けていなかった方はもちろん、昨年受けた方は昨年との比較をして「自分の生活習慣が自分の体にどのくらい影響しているのか？」を知ることが出来ます。

□特定健診受診のしかた

①受診券が必要です。

網走市の国保では、4月下旬に特定健康診査受診券を「特定健康診査受診券在中」と印字された封筒で皆さんにお送りしています。個人ごとに届きます。途中で国保に加入された方にも1カ月から2カ月以内にお送りします。

②医療機関等に申し込みます。

同封するお知らせには、網走市内で特定健診を受診できる医療機関について記載しています。

事前に受診を希望する医療機関へ、お電話等により特定健診の受診をお申し込みください。また、保健センターで行う「ミニドック検診」と一緒に受けることもできますので、保健センターへお申し込みください。

期間：平成24年2月17日～20日
受付：平成24年1月6日より
保健センター　☎43-8450

③申し込み当日

国保の保険証と送られた受診券を持って、医療機関で受診してください。

受診内容は、問診のほか、身長・体重・腹囲・血圧測定、肝機能、血中脂質、血糖、尿検査です。

なお、医師の判断により、貧血検査・眼底検査・心電図検査が追加となる場合があります。

④健診結果は・・・

受診した医療機関から、ご本人にお知らせします。

⑤保健指導について

特定保健指導の対象者となった方については、別途連絡がありますので、保健指導を受けて生活習慣病のリスクを減らしましょう。

□メタボ判定について

動脈硬化が進行しやすい状態をメタボリックシンドロームと呼びますが、その状態を放置すると、糖尿病の合併症状や脳卒中、心臓病などの命の危険にかかわる病気を引き起こす可能性が増大します。

特定健診を受けられる医療機関

○網走厚生病院　所在：北6西1　☎43-3157（人間ドックと同時のほか外来受診もできます。）
○網走脳神経外科・リハビリテーション病院　所在：桂町4　☎45-1311（脳ドックと同時にも受診できます。）
○つくしヶ丘医院　所在：つくし5　☎44-1181
○南5条クリニック　所在：南5西2　☎44-7305
○網走中央病院　所在：南6東1　☎44-8611
○こが病院　所在：字潮見153　☎61-0101
○角谷こどもクリニック　所在：潮見5　☎61-2332
○青沼医院　所在：潮見8　☎44-2277
○桂ヶ丘クリニック　所在：桂町4　☎61-6161
○中山医院　所在：南2西1　☎44-7227
○金川医院　所在：南2西2　☎43-2884
○後藤田医院　所在：新町1　☎44-6811

網走市の国保では、対象者の4人に1人しか特定健診の受診がされていません。

計画では平成二十四年度までに受診率を65％に引き上げることとなっておりますので皆さんのご協力が必要となります。

一人でも多くの人が受診して、健康な生活ができるよう心がけましょう。

市営住宅入居者募集

■申込条件

・住宅に困窮している方【生年月日が昭和31年4月2日以降の単身者は入居できません。（障がい者、生活保護世帯等を除く）】
・同居または同居予定の親族（婚約者含む）のある方
・年間総収入額が下記の収入基準以下の世帯　・市税を滞納していない世帯
・暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律第２条第６号に規定する暴力団員でない方
※ペットの飼育はできません。※入居の際は連帯保証人が1人必要となります。

■収入基準（給与所得者が１人のときの年間総収入額）

家族数	同居親族	年間総収入額	摘　　要
１人	０人	2,967,999円以下	年金や事業所得者、身体障がい者、所得のある方が2人以上、未就学児童がいる世帯などは基準が異なります。
２人	１人	3,511,999円以下	
３人	２人	3,995,999円以下	
４人	３人	4,471,999円以下	

■申込方法

受付期間／10月3日～７日　受付場所／市役所3階 建築課住宅管理係
提出書類／収入を証明できるもの(源泉徴収票等)、市外在住者は住民票
※必ず印鑑をご持参ください。
抽 選 日／10月13日午前10時～
抽選会場／エコーセンター 2階　大会議室　　入居可能日／ 11月1日

■市営住宅空き状況（入居要件に該当する住宅を１カ所選んで、お申し込みください。）

No.	住　　所	住　宅　構　造	タイプ　面積(㎡)	階	住宅使用料	入居要件
1	大曲2丁目12番1号棟	昭和63年築・4階建団地	1LDK・41.9	1	12,400円～ 24,300円	高齢者向け（60歳以上）
2	大曲2丁目12番2号棟	昭和63年築・4階建団地	1LDK・41.9	1	12,400円～ 24,400円	高齢者向け（60歳以上）
3	台町3丁目6番1号棟	昭和56年築・2階建長屋	3LDK・68.7	1	18,700円～ 36,800円	3人以上世帯
4	台町3丁目9番2号棟	昭和58年築・4階建団地	3LDK・65.7	2	18,700円～ 36,800円	3人以上世帯
5	駒場北2丁目1番7号棟	昭和62年築・3階建団地	3LDK・78.4	2	23,100円～ 45,400円	3人以上世帯
6	つくしヶ丘6丁目11番2号棟	平成11年築・5階建団地	3DK・78.2	5	26,500円～ 52,000円	3人以上世帯
7	駒場南8丁目11番1号棟	平成7年築・3階建団地	2LDK・69.7	2	22,900円～ 45,100円	2人以上世帯

※1）この空き住宅の情報は、8月31日現在のものです。受付開始までに「他の団地」や「入居要件の異なる」空き住宅が発生する場合もありますので、係までお問い合わせください。
※2）このほか「一部の住宅」については随時受け付けをしています。
※3）入居者負担の設備が一部ありますので、お問い合わせください。
例：照明器具・灯油タンクなど（団地・長屋共通）　浴槽・風呂釜・給湯設備など（長屋住宅・一部団地）

■次回受付期間（予定）　12月5日～９日　　**問い合わせ／建築課住宅管理係☎44-6111（内線293・313）**

指定管理者事業者の募集

●網走市屋内ゲートボール場の指定管理者を募集します

○**施 設 名**／網走市屋内ゲートボール場（すぱーく網走）
○**募集期間**／ 10月3日～11月2日
○**募集要綱などの配布期間**／ 9月30日～11月2日
○**配付・受付場所および時間**／総合体育館、午前9時～午後5時
○**説明会開催日時・場所**／ 10月12日　午後1時30分から総合体育館会議室で行います。なお、説明会に参加される方は、事前に申し込みが必要です。

募集・問い合わせ／スポーツ課管理係　☎43-3647

●網走市営美岬牧場の指定管理者を募集します

○**施 設 名**／網走市営美岬牧場
○**募集期間**／ 10月3日～11月2日
○**募集要綱などの配布期間**／ 9月30日～11月2日
○**配付・受付場所および時間**／農政課農業振興係（西庁舎３階）、午前9時～午後5時（土･日･祝日を除く）
○**その他**／説明会は開催しませんので、ご不明な点などにつきましては、直接お問い合わせください。なお、ご来庁の場合は、お手数でも電話等にて事前にご連絡願います。

募集・問い合わせ／農政課農業振興係　☎44-6111（内線248・356）

●レイクサイドパーク・のとろの指定管理者を募集します

○**施 設 名**／レイクサイドパーク・のとろ
○**募集期間**／ 10月3日～11月2日
○**募集要綱などの配布期間**／ 9月30日～11月2日
○**配付・受付場所および時間**／水産漁港課漁業振興係（西庁舎３階）、午前9時～午後5時（土･日･祝日を除く）
○**説明会開催日時・場所**／ 10月11日午前10時から西庁舎会議室で行います。なお、説明会に参加される方は、事前に申し込みが必要です。

募集・問い合わせ／水産漁港課漁業振興係　☎44-6111（内線247・345）

平成23年度ペレットストーブ購入費助成のご案内

市では、豊富な森林資源を活用し、木質バイオマスエネルギー推進のため、平成19年度からペレットストーブ購入費の助成を行っており、今年度も募集を行います。

これまで助成制度をご利用いただいた方からのアンケートによると、ほとんどの方が『設置に満足』『使いやすい』という感想でした。

ペレットストーブの利用は、CO_2排出量の削減・地球温暖化の防止・エネルギー自給率の向上・適切な森林整備といったさまざまなことに効果をもたらすことから、市の助成制度を是非活用してください。

環境に優しい生活を私たち一人ひとりが心がけることで、地球の温暖化は防げます。まずは身の周りで自分たちができることから始めませんか？

ペレットストーブ購入費用の助成

◇**対 象 者**／○市内に居住し､市内の住宅にペレットストーブを設置する方（事業所は対象外です）
○ペレットストーブの使用状況等について市が行うモニター調査に協力できる方
○市税を滞納していない方
○平成24年3月31日までにペレットストーブを購入･設置できる方

◇**助成金額**／15万円まで（ペレットストーブ本体価格（税抜・中古品を除く）の2分の1以内）

◇**募集期間**／平成23年10月3日～平成23年12月30日　◇**募集件数**／4件（先着順）

※ペレットストーブに関するさまざまな情報を提供中です。購入希望の有無にかかわらず、ペレットストーブに興味のある方はお気軽にご連絡ください。

申し込み・問い合わせ／農政課耕地林務係（内線373）

下水道からのおくりもの「オホーツクの大地」

一般家庭用堆肥１０kg袋詰め５５０袋を下記要領で配付します。

数　　量／550袋

申込方法／往復はがきの往信の裏に、住所・氏名・電話番号・下水道事業に関するコメントを記入し、返信の表に申し込む方の郵便番号・住所・氏名を記入の上、10月6日までに投函してください。（当日の消印まで有効。往復はがき以外での申し込みは扱いません。申し込みは網走市在住の方に限り、1人1通とします。）

申 込 先／093-8555　網走市南6条東3丁目　網走市下水道課「オホーツクの大地」係

抽　　選／申込多数の場合、10月11日の10時から浄化センター駐車場前で抽選を行います。
当落結果については返信ハガキにてお知らせします。
また、当選者には引替方法をご案内します。

問い合わせ／下水道課（内線258）

オホーツク流氷トラスト運動「流氷守り隊!森林ウォーク&植樹会」

オホーツク観光連盟とオホーツク総合振興局では、10月15日に北見市端野町と網走市卯原内にまたがる国有林「オホーツクの森」で、親子で植樹および森林ウォークを体験する「流氷守り隊！森林ウォーク＆植樹会」の参加者を募集しています。当日はカミネッコンによる植樹を行い、森林探検を楽しみます。

対　　象／網走市、大空町、美幌町近郊在住の小学生と保護者15組30人（応募多数の場合は、抽選で決定します。）

参加料／無料　　**持ち物**／昼食、飲物　　**応募締切**／10月6日まで

その他／○当日は、森林探検に適した服装でお願いします。　○オホーツクの森までは、バスで移動します。
○バスは、オホーツク総合振興局、大空町役場、美幌町役場から乗車することができます。

問い合わせ／オホーツク総合振興局地域政策部地域政策課地域政策係　☎(0152)41-0620

食育イベント「またたび狩り体験&料理教室」のご案内

網走で育った「フルーツまたたび」の収穫体験＆スイーツ作りを楽しみませんか？収穫から調理までの体験を通じて、「フルーツまたたび」を肌で感じてみてください。

○**日時**／10月15日　12時30分～ 16時30分（雨天決行）

○**場所**／（収穫体験）あばしりフロックス公園内　またたび圃場
（料理教室）エコーセンター1階　クッキング室（1テーブル4、5人の調理となります）

○**参加料**／無料　　○**定員**／20人（定員になり次第締め切ります）

○**持ち物**／軍手、雨具（雨天時着用）、エプロン、三角巾　○**料理講師**／本田俊之さん（本田菓子舗）

○**その他**／当日は12時30分までにエコーセンター駐車場に集合し、またたび圃場までバスで移動します。

申し込み・問い合わせ／農政課農業振興係（内線246・356）

みんぐるで手作り食品の楽しさ・美味しさを体験しませんか?

＜みんぐる講座の日程＞

開催日	体験品目
10月27日（木）	豆腐・豆乳
11月上旬	白菜キムチ
12月7日（水）	手打ちそば
1月25日（水）	中華まん
2月25日（土）	菓子パン・食パン
3月23日（金）・24日（土）	味噌

○左記の講座開催は現時点での予定です。実際の開催日は前後することがありますのでご了承ください。

○各講座の正式な開催日および申込方法などについては、別途、新聞の折り込み広告、網走市ホームページでお知らせします。

問い合わせ／市民課市民活動係（内線346）

赤い羽根共同募金にご協力をお願いします!

【運動期間　10月1日～12月31日】

たくさんの子どもたちの明日のために、寝たきりのお年寄りや障がいを持った方々のために、「赤い羽根共同募金」は人に優しい福祉のまちづくりを目指して、地域に根ざしたネットワークをつくり続けながら、全国各地の福祉活動を支えています。

今年も皆さんのご協力をお願いします。

問い合わせ／総合福祉センター内　網走市共同募金委員会　☎43-2472

テレビ北海道（TVh）からのお知らせ

テレビ北海道（ＴＶｈ）は、7月24日のデジタル化完全移行を機に、網走送信所を開設することになりました。試験電波を10月下旬に発射する予定で、正式開局は11月中旬の予定です。

○試験電波は、機器類の調整のため電波を停止することがあります。

○日程は現段階での予定であり、工事の進捗によって変更になる場合があります。

試験電波発射に伴い放送区域にお住まいの皆様には地デジチャンネル再設定のご対応をお願いします。（取扱説明書・メーカーサポートセンター・ご購入の電器店などでご確認ください。）

■放送局→ＴＶｈ　■リモコン番号→７ｃｈ

※放送エリア内であっても、地形やビルなどにより放送波が遮られる場合や、受信システムが対応していない場合などは視聴できないことがあります。

問い合わせ／テレビ北海道視聴者センター
☎011-218-1507（平日：9時30分～17時30分）

公衆無線LANスポットサービスを開始しました

平成23年8月1日から、エコーセンター2000内1階アトリウムロビーで公衆無線LANスポットサービスを開始しました。網走市では、これまでも道の駅やまちプラで無線LANがご利用いただけましたが、このたびエコーセンターでも同様のサービスの供用を開始しましたので、お知らせいたします。

○無線LAN対応のパソコンであれば、携帯電話等からメールでパスワードを取得することにより利用できます。

○施設内の電源は利用できませんので、内臓バッテリーでご利用ください。

○エコーセンター2000の開館時間（9時～22時）内でご利用ください。

○本サービスの利用におきましては、利用者の責任で行ってください。

～網走消防署からのお知らせです～

平成23年秋の火災予防運動実施について

■実施区域および実施期間／網走地区消防組合網走消防署管轄区域一円　10月15日から10月31日までの17日間

■３つの習慣／○**寝たばこ**は絶対やめてください。　○**ガスコンロ**などのそばを離れるときは必ず火を消してください。　○**ストーブ**は、燃えやすいものから離れた位置で使用してください。

■４つの対策／○寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐため、**防炎製品**を使用しましょう。　○逃げ遅れを防ぐため、**住宅用火災警報器**を設置しましょう。　○初期消火のために、**住宅用消火器や住宅用自動消火装置**を設置しましょう。　○お年寄りや体の不自由な人を守るため、**隣近所の協力体制**を作りましょう。

●悪質な訪問販売に十分注意してください／消防署では、住宅用火災警報器や消火器を販売したり、あっせんすることはありません。悪質な訪問販売には十分に注意してください。

問い合わせ／網走消防署予防調査係　☎43-9417

不妊治療費助成事業のお知らせ

市では不妊治療を受けているご夫婦に経済的支援として治療費の一部を助成しています。

※昨年度より助成対象が拡大されています！

☆対象となる治療

（１）特定不妊治療（体外受精および顕微授精）
（２）上記（１）以外の不妊治療（注射や投薬、人工授精など）のうち、保険適用外の治療
（昨年度から助成の対象となりました。）
※ただし、夫婦以外の第三者から提供を受けた精子･卵子･胚による不妊治療や、代理母、借り腹によるものは助成の対象となりません。

☆対象となる方

医師の診断により実際に不妊治療を受けた方で、次のすべての要件に該当する方
１．網走市に住所登録を有する方
２．法律上の婚姻をしている方
３．夫婦の前年の所得（１月から５月までの間に申請があった場合は、前々年の所得）の合計額が730万円未満の方。
４．北海道特定不妊治療費助成事業で北海道知事が指定する医療機関で治療を受けた方。
（道外の医療機関で治療を行った場合は、対象となる場合がありますのでお問い合わせください。）
※４は特定不妊治療の場合のみです。

☆助成金額・助成期間

１．助成金額
（１）特定不妊治療／１年度当たり5万円を上限とします。
※北海道特定不妊治療費助成事業により受けることができる金額を控除した額とします。
（２）その他の不妊治療／１年度当たり3万円を上限とします。
２．助成期間／通算5年間です。

申請・問い合わせ　保健センター（☎43-8450）

こころもからだも健康に

Series.27 こころとからだ疲れていませんか？ HEALTHY講座

うつ病と似た症状が現れる病気について

うつ病の症状と言えば、憂うつな気分、不眠、食欲の低下などが良く知られているところですが、うつ病ではなく、他の病気を発症していることもあり、そのような場合は異なる対処が必要です。

≪非定型うつ病≫

比較的若い年代に発症しやすく、一時的に気分が良くなったり、食欲が旺盛になったり、人間関係に敏感なのも特徴で、楽しそうに話をしていても、少し批判的なことを言われると、傷つきひどく落ち込んでしまいます。単にわがままなだけではないかと誤解されることも多いのですが、基本的にはうつ病の辛い症状が続くため、元気に見えても患者さんにとってはとても辛い状態です。

≪統合失調症≫

統合失調症では「感情が平板になる」症状が現れます。これが、うつ病の何も楽しめない状態と混同されやすいと言われています。
統合失調症になると次のような症状が出てきます。
○感情に乏しい
○幻聴（悪口や脅かし、命令が聞こえるなど）
○妄想的（被害者思考や、ありえないことを信じる）
○慢性疲労
○人と会うのを嫌がり閉じこもる。
○不安や焦り、不眠

うつ病と統合失調症との鑑別は難しく、多くの場合、経過をみながら判断されます。

≪認知症≫

認知症は脳に障害が起こって、記憶力が徐々に低下していく病気です。うつ病でも集中力や記憶力が低下するため混同されやすいものです。
ただ、認知症では少しずつ記憶力が低下しますが、うつ病では発症とともに急激に記憶力が低下します。
うつ病の方は物忘れをしたことを覚えており、それを思い悩むのが特徴です。

※そのほかにも、強い不安感によって生活に支障がきたす「不安障害」などもあり、多様です。
「多分うつ病だ」などと判断せず専門医の診察を受けましょう。

≪相談窓口≫
○網走市保健センター　☎ 43－8450（直通）
月～金　8時45分～ 17時30分
○網走保健所　☎ 41－0697（直通）
月～金　8時45分～ 17時30分

男女共同参画コーナー

ひゅ～ら

～ Human Love ～

親子塾「子供を自立させる家族経営について」を聞いて

東日本大震災を契機に、一人での生活の不安や、安心できる人と一緒にいたいといった感覚を多くの人が抱くようになったと言われています。多くの時間を過ごす家族について、5月22日にエコーセンターで開催された親子塾「子供を自立させる家族経営について」の講演内容を紹介し、考える機会としたいと思います。

【求められる理想の人とは】

これからの時代に求められる理想の人とは、人格と能力を兼ね備えた「自立型人間」だと言われています。自立型人間とは、目的をもって努力をし、自他を愛し人を助ける人です。

自立型人間はあらゆることに対して「真面目、本気、真剣」であること、また、「心・技・体・生活」のバランスがとれていることが特徴と言われています。

生き方や態度・考え方が素直で前向きで真剣な人を「心のコップが上を向いている」、いつも何かに不満を持っていて考え方が後ろ向きでやる気のない人を「心のコップが下を向いている人」と表現されています。

【家族に大切な3つの関わり】

家族に大切な関わり方は、「厳しさ」、「優しさ」、「楽しさ」の3つの関わりを教えることであり、子どもの人格形成に一番大切なことは、子どもの「心のコップ」を上に向けさせることだと話されました。

「心のコップを上に向ける３原則」

①時を守る＝時間厳守、相手の時間を大切にする
②場を清める＝靴をそろえる、イスを入れる、カバンを立てる、掃除をする、
③礼を正す＝挨拶は人より早くする、人の話は相手の目を見て聞く、背筋を伸ばしたい姿勢をする

【いきいき家族】

人は褒められることで気持ちが、元気・やる気になることができます。また、人は叱られることで後向きになると言われています。

例えば、抱きしめるなどのスキンシップや頭をなでるなどの関わり方をすると、人はやる気・元気が湧いてきます。

また、ルールを破ったときなど、子どもを叱るときは、悪かった部分だけを真剣に叱り、子どもの人格を全部否定したりしないことが大切です。そして、家族は子どもの持つ将来の夢や目標を壊さないことです。

家族全体にやる気と元気があり、それぞれがルール、マナー、規範意識をもち、健康であることがいきいき家族といえるでしょう。

【あとがきにかえて】

昨今、「絆」という言葉を報道などで耳にします。家族の絆は一生涯のものです。これからの時代に家族、学校、企業にとって求められる自立型人間を育てるためには、過去にとらわれるのではなく、未来から現在を見て、目的、目標、ビジョン、志、理想、夢を抱き、よりよい関わり合いができる家族を作ることなのだと思いました。

網走市男女共同参画プラン推進会議編集委員

網走市食生活改善協議会のお奨め

今月の健康レシピ

鶏肉とごぼうのだんご汁

《材　料》　4人分

ごぼう　1／2本
人参　100g
小松菜　50g
だし汁　4カップ
〔A〕
鶏ひき肉　200g
長芋すりおろし50g
卵　1／2個
酒・しょうゆ　各小さじ1
〔B〕
しょうゆ　小さじ1
酒　大さじ1
塩　小さじ1／2

《作り方》

❶人参はいちょう切り、ごぼうは皮をそぎ、5分ほど酢水（分量外）につけてからすり下ろし、ザルにあげる。

❷ごぼうと〔A〕をすり鉢に入れ、すりこぎ棒で混ぜる。

❸だし汁を煮立たせ、人参を入れ、②をスプーンで丸めながらだんご状にして入れる。アクを取りながら10分ほど煮て、2～3㎝に切った小松菜を加え、〔B〕で味を整える。

管理栄養士さんの！ ワンポイントメモ

☆ごぼうは、セルロースやリグニンといった食物繊維を豊富に含み、腸の働きを整え、発ガン物質を取り除いたり、コレステロールの増加を抑えて動脈硬化を防ぐ作用があります。
さらに、腎機能を高め、利尿作用のあるイヌリンという成分を含んでいます。

☆ごぼうは、アクが強いので、15分以上水にさらして調理します。香りやうまみは皮の付近に多いので、包丁の背などで、こそげ落とす程度にしましょう。切ったごぼうは酢水につけると変色を防ぐことができます。

1人分栄養価（エネルギー 132kcal, 蛋白質12.8g, 脂質5.0g, カルシウム87mg, 鉄1.5mg, 塩分1.2g ）

〈各種証明書申請時の注意点〉

※ご本人以外が交付申請をする場合、ご本人が作成した委任状が必要となります。
配偶者などのご親族が申請される場合でも該当しますのでご注意願います。

募集

技能功労者表彰の推薦

市では、地域産業の発展に貢献し、優れた技能者および技能者の育成にご尽力された方を技能功労者として表彰しています。各事業所で表彰基準に該当される方がいましたら10月20日までに推薦書を提出してください。

表彰基準／10月1日現在で網走市に居住し、網走市内の事業所に勤務する方で、次の①と②の両方を満たす方

①同一技能職種に25年以上の経験を有し、現在当該技能職種に就業している技能士または免許等の資格を有する方　②卓越した技能を持ち、網走市において10年以上後継者の育成と産業発展に貢献された方

※そのほか、技能者の育成と地位の向上に寄与されたことが特に顕著であって表彰が相当と認められる方

提出･問い合わせ／**商工労働課商工労政係（内線292）**

北見高等技術専門学院学生募集

北海道立北見高等技術専門学院は、平成24年度の学生を募集します。

募集科目／電気工学科、自動車整備科、造形デザイン科、建築技術科、電子機械科（各科それぞれ2年間の訓練、20人の学生を募集します）

願書受付期間／11月1日～11月20日

選考方法／12月5日に学力試験（国語･数学）、面接を行います。

授業料等／入学検定料2,200円、入学料5,650円、授業料年額118,800円（減免制度があります）

※教科書・工具等は別途個人負担です。

その他／雇用保険を受給できる方、障がいのある方、アイヌの方、母子家庭の母等および職歴のある方は、最寄りの公共職業安定所にご相談の上、応募手続きをしてください。なお、平成24年3月高等学校卒業見込みの方は、推薦入学制度がありますので、詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ／北海道立北見高等技術専門学院　☎0157-24-8024

シルバー人材センター会員募集

あなたの豊かな経験と能力を生かしませんか？女性大歓迎！同世代の皆さんと楽しく仕事をしましょう！市内在住のおおむね60歳以上の健康な方で勤労意欲のある方でしたら、どなたでも登録資格があります。

仕事の登録／希望する職種をあらかじめ登録します。センターに依頼された仕事の内容によって、希望職種に合う登録会員へ連絡します。

仕事の内容／臨時的・短期的な仕事です。

入会の手続き／入会申込用紙に必要事項を記入の上、年会費2,000円・互助会費100円（月額）・顔写真を添えてお申し込みください。面接の後、登録手続きをいたします。なお、入会説明会を10月17日、27日にソレイユ網走で開催します。（いずれも13時30分～。説明会は毎月17日、27日（土・日・祝日の場合は前日）にも開催しています）

申し込み・問い合わせ／網走市シルバー人材センター　☎43-6688

健康

各種予防接種の実施

麻しん風しん予防接種の3期・4期の方の追加接種のお知らせ

麻しん風しん予防接種は幼児期に一度接種しても年数が経過すると、感染阻止の免疫力が低下する方がいることや接種をした中でも100人中5人くらいで、免疫ができにくい方がいるため、追加接種をお勧めしています。

3期と4期の方で保護者が同伴できない場合は、同意書が必要ですので保健センターまでご連絡ください。

問い合わせ／保健センター☎43－8450

【接種内容】

▶2期対象（平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの幼児）

▶3期対象（平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれの生徒）

▶4期対象（平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれの方）

接種期間／平成24年3月31日まで

接種ワクチン／原則として、麻しん風しん混合ワクチンを接種しますが、麻しんおよび風しんに罹患したことがある方は、罹患していない方の単独ワクチンを接種することもできます。

実施方法／みんなの健康、市ホームページ記載の指定医療機関でワクチンの接種および罹患の有無を確認し、受診してください。網走厚生病院で3期、4期を接種される方は、直接病院にご確認ください。

ＢＣＧ予防接種

日時／11月15日
12時45分～ 13時45分

対象／生後3 ～ 6カ月未満の乳児

場所／保健センター

定員／1日60人　**持ち物**／母子手帳

申し込み・問い合わせ／保健センター☎43－8450

ポリオ（小児マヒ）予防接種

日時／11月8日、18日
12時45分～ 13時45分

対象／生後3 ～ 90カ月未満の乳幼児

場所／保健センター

定員／1日60人　**持ち物**／母子手帳

受け方／6週間以上の間隔を置いて2回飲みます。（年間をとおして2カ月おきに行います。「みんなの健康」で日時を確認し、予約してください。）

【ポリオ追加接種のすすめ】

昭和50年～ 52年生まれの方はポリオ免疫保有率が低く、極めてまれですが、感染の可能性がありますので、追加接種をお勧めします。（接種は1回）

対象者／昭和50年～ 52年生まれの方

日時／定期ポリオ予防接種と同様

料金／3,500円　**定員**／1日10人

申し込み・問い合わせ／保健センター☎43-8450

※ＢＣＧ、ポリオの申込期間は、10月3日から定員になるまでです。予約された方で、都合が悪くなった場合はご連絡ください。

※定期の予防接種を実施するときに、保護者以外の方が同伴される場合は、委任状が必要となりますので保健センターまでご連絡ください。

肺炎球菌ワクチン接種の助成

肺炎球菌は、肺炎、気管支炎、副鼻腔炎、中耳炎、髄膜炎などを起こす細菌の一つで、特に高齢者の肺炎の約半数は、肺炎球菌が原因とされています。肺炎球菌ワクチンは、すべての肺炎を予防するワクチンではありませんが、インフルエンザなどに感染した場合に重篤な肺炎を併発することを予防する効果が期待されます。

対象／満75歳以上の網走市民
助成額／任意接種費用のうち3,000円
助成回数／生涯で１回限りです。
接種場所／網走市内の指定医療機関
助成の受け方／接種前に保健センターで申請をすると、助成券と予診票が交付されます。接種料から助成額を控除した自己負担額を、接種の際に直接医療機関へお支払いください。
問い合わせ／保健センター☎43-8450

子育て・教育

平成23年度教育相談会

教育委員会では、来年度に小学校へ入学を予定されているお子さんで、教育上特別な支援を要すると思われるお子さんについて、専門の先生を交えてお子さんの心身・言語の状態を早期に把握し、どのような教育や支援が必要かを一緒に考える「教育相談会」を11月に開催する予定です。

ご家庭での生活や就学についてお悩みの方で教育相談を希望される方は、教育委員会までご連絡ください。後日改めて日程をお知らせします。
申し込み・問い合わせ／管理課学務係（内線335）

ナチュラルベビークッキング

離乳食は「食べる」ことの基礎をつくる大切な時期です。料理の苦手な方でも簡単に作れる、素材の味を生かしたメニューを紹介します。
日時／11月24日
場所／保健センター
対象／平成23年2月～平成23年6月生まれの赤ちゃんの親
定員／25人
内容／調理実習や試食および講話があります。「初期コース」か「中・後期コース」のどちらかを選択してください。
持ち物／エプロン・バンダナ・ハンドタオル　**調理実習費**／200円
申込期間／10月3日～11月17日（定員になり次第締め切ります。）
その他／託児をご希望の方は、申込時に「託児希望」とお伝えください。なお、託児は対象のお子さんのみです。
申し込み・問い合わせ／保健センター☎43－8450

のびのび育児教室

育児は山あり谷あり。子育てに疲れてついイライラ・・・。そんなことはありませんか？仲間と子育てについてお話してみませんか。
日時／10月20日、10月26日、10月31日13時30分～15時30分（受付は13時15分～）　**場所**／保健センター
対象／生後3～7カ月までの赤ちゃんの親
内容／おしゃべりタイム、赤ちゃんとのふれあい遊び、赤ちゃんの健康チェックポイントなど
申込期間／10月13日まで（定員（20人）になり次第締め切ります）
申し込み・問い合わせ／保健センター☎43－8450

環境

10月は秋の清掃月間です

町内会清掃やボランティア清掃を実施する際には、次のことに注意して行うよう、ご理解ご協力をお願いします。

●地域の清掃活動で出すごみは、「ボランティア清掃専用袋」をご利用ください。ボランティア袋が必要な場合は、町内会や団体単位で申請してください。
●ボランティア袋のごみは、少量であれば、ごみ収集日にごみステーションに出すことができます。数が多くなる場合は、八坂のごみ処分場（☎43-6881）に自己搬入してください。　●集めるごみは、地域に散在するごみとし、道路周辺や公園等の雑草には、ボランティア袋を使わないでください。　●汚れた資源物を拾った場合は、そのままボランティア袋に入れてかまいません。
●家庭ごみ、事業系ごみ、粗大ごみ、産業廃棄物は、ボランティア袋で出さないでください。　●ボランティア袋を利用せずに自己搬入する場合は、事前に担当係にご連絡ください。
●清掃活動に併せて家庭から粗大ごみを出す場合は、「有料」となりますので、ご注意ください。
※10月の八坂ごみ処分場（☎43-6881）は、毎日9時～16時まで開場しています。（日曜・祝日も開場しています）

次のものは収集できません

清掃活動中に発見した場合は、そのままの状態を保ち市へご連絡ください。
タイヤ、バッテリー、テレビ、エアコン、洗濯機、衣類乾燥機、冷蔵庫、冷凍庫、パソコン、消火器、タタミ、プロパンガスボンベ、ピアノ、オートバイ、自動車、農薬、化学薬品、スプリングマットレス、スプリングソファー、医療系廃棄物、塗料、廃油、農機具、建築廃材、コンクリートブロック、産業廃棄物など
問い合わせ／生活環境課清掃リサイクル係（内線233・297）

エコピーからのお知らせ

○家庭で使用した食用廃油は戸別に収集しています。
1本から収集しますので、お気軽に電話でお申し込みください。
回収した食用廃油は、BDF（バイオディーゼル燃料）として車の燃料にリサイクルされます。
○10月2日の環境展でも、食用廃油を回収しています。北コミュニティセンターの会場に持ってきていただいた方には粗品を差し上げます。
○不明な点はお問い合わせください。
問い合わせ／生活環境課清掃リサイクル係（内線233・297）

くらしの情報

献血車ひまわり号　～10月の巡回日程～

日	駐車場所		時間
10日	八　坂	東京農業大学（収穫祭）	10：00～12：30
	八　坂	東京農業大学（収穫祭）	14：00～16：00
11日	北７西３	オホーツク総合振興局横（西側）	10：00～13：00
	潮　見	こが病院	14：30～16：00
12日	南２西４	網走消防本部前	13：30～14：00
	南８東３	㈱白井自動車	14：20～15：00
	向　陽　６	網走桂陽高校前	15：20～16：00
13日	新　町　２	網走開発建設部前	10：00～12：30
	潮　見	いせの里	14：00～14：50
	大　曲　１	旭川トヨタ自動車㈱網走店	15：20～16：00
14日	南６東４	網走市役所裏	10：00～12：30
	桂　町　４	桂ヶ丘クリニック	14：00～15：00
	台　町　２	網走南ヶ丘高校前	15：15～16：00

任意麻しん風しん混合予防接種の助成

現在、定期予防接種の麻しん風しん予防接種を実施していますが、定期期間に接種できなかった方に、麻しん風しん混合予防接種の助成事業を始めました。助成対象になる方で、接種を希望される方は、保健センターまでご連絡ください。

助成対象者

▷平成12年4月2日～平成17年4月1日生まれで定期接種ができなかった方

▷平成7年4月2日～平成10年4月1日生まれで定期接種ができなかった方

▷平成2年4月2日～平成5年4月1日生まれで定期接種ができなかった方

助成の金額／任意接種費用のうち、5000円を助成　**助成回数**／１回

接種場所／網走市内の指定医療機関

助成の受け方／接種の前に保健センターにご連絡ください。助成券と予診票を交付します。接種料から助成金額を控除した自己負担額を接種の際、直接医療機関にお支払いください。

問い合わせ／保健センター☎43－8450

ヘリカルＣＴ肺がん検診

らせん（ヘリカル）状に高速でエックス線を360度連続回転して胸部を撮影することで、従来では映らなかった小さな病変も見つけることができます。

日時／10月27日　7時30分～ 12時

※30分ごとに受付します。

対象／40歳以上の市民

料金／4,000円（喀痰検査、内臓脂肪測定についても、それぞれ別途1,000円で一緒に測定できます。）

●ペースメーカーが入っている方は受けられません。タバコを吸う方、咳や痰がでる方にお勧めします。

●年度に１回、「肺がん検診」「ヘリカルCT検診」のどちらかを選んで受けてください。ヘリカルCT検診を受けた方は、今年度ミニドックの肺がん検診を受けることはできません。

申込期間／ 10月3日～ 10月20日（定員（50人）になり次第締め切ります。）

問い合わせ／保健センター☎43-8450

内臓脂肪測定

さまざまな生活習慣病に関わっている内臓脂肪（内臓の周りに付着した脂肪）の状態を図や数値で見て、病気の予防に役立ててみませんか。

日時／ 10月27日　7時30分～ 12時（30分ごとに受付します。）

対象／ 20歳以上の市民（現在妊娠の可能性のない方）　**料金**／ 1,000円

内容／腹部のCT撮影（時間は準備を含めて5分程度です。結果は、検査の10～20分後に保健師から説明します。）

場所／保健センター（CT検診車）

申込期間／ 10月3日～ 10月20日（定員（30人）になり次第締め切ります。）

問い合わせ／保健センター☎43-8450

「内臓脂肪」についての健康・栄養相談

肥満症や高血圧、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病は、内臓脂肪型肥満によって、さまざまな病気が引き起こされやすくなった状態である『メタボリックシンドローム』が関係していることがわかってきました。内蔵脂肪を減らしたい、食事の工夫について知りたい、何に注意をしたらよいかなど、ご相談のある方はお気軽にお問い合わせください。（希望者には、血圧測定・体脂肪測定、栄養所要量の計算なども実施しています。）

日時／10月27日　9時～11時・13時～15時（1人30分～1時間程度の相談です。ご都合のよい時間を、電話でお知らせください。）　**場所**／保健センター

●過去に受診した健診結果や病院の検査データなどがあればお持ちください。

●栄養相談は、食事を作られる方の同伴もお勧めします。

●ご家族の方の来所でも結構です。

問い合わせ／保健センター☎43-8450

骨粗鬆（しょう）症検診

年齢がすすむにつれて骨が折れやすくなったり、変形したりするのは、骨粗鬆症が原因と言われています。検診を受けて、自分の骨の健康状態を知り、食生活や運動と共に早めの予防に心がけましょう。

対象／40・45・50・55・60・65・70歳の方　**検診内容**／骨密度測定

料金／市国保加入者は無料、それ以外の方は500円

申し込み・問い合わせ／保健センター☎43-8450

レディース健康診査

女性に多い貧血や骨粗鬆症などの予防のための健診です。日ごろ、健診を受ける機会のない方にお勧めします。

対象／ 20 ～ 39歳の女性

検診内容／診察・血圧測定・尿検査・血液検査・骨密度測定

料金／市国保加入者は無料、それ以外の方は1,000円

申し込み・問い合わせ／保健センター☎43-8450

歯周疾患検診

歯周病は痛みもなく気付かないうちに進行します。歯と歯ぐきを守るため、早期発見・早期治療で予防しましょう。

対象／ 40・50・60・70歳の方

検診内容／歯周組織検査

料金／市国保加入者は無料、それ以外の方は1,000円

申し込み・問い合わせ／保健センター☎43-8450

検診の年齢は、いずれも平成23年度の誕生日での年齢です。

介護保険料の払い忘れはありませんか?

65歳以上の方の介護保険料の支払いは、多くが年金からの天引き（特別徴収）ですが、初めは全ての方が納付書による支払い（普通徴収）です。

年金から天引きされていると思って安心していたら､「気づかぬうちに督促状が来て驚いた」ということもありますので、支払い忘れにご注意ください。災害など特別な理由もなく保険料を支払わずにいると、介護サービスを利用する際に保険給付の制限を受けることがありますので、未納の保険料がある方は至急納めてください。

なお、納付書で支払う場合は次のとおりです。

●**65歳になったとき**＝年金の天引きによる特別徴収は、65歳になった年はすぐには実施できません。特別徴収が始まるまでの間は納付書で支払います。また老齢（退職）・障害・遺族年金などが年額18万円未満の方は、年金からの特別徴収ができませんので納付書で支払います。

●**他市町村から転入したとき**＝以前住んでいた市町村から特別徴収されていた方でも、転入後は一時的に納付書で支払います。

●**所得更正により保険料の段階が変わったとき**＝所得税の修正申告などにより、本人または世帯員の所得状況が変わったときや、生活保護・保険料の軽減措置を受けたときなどは納付書で支払います。

●**特別徴収が中止となったとき**＝年金を担保として貸付を受けるなどして、特別徴収が中止となったときは納付書で支払います。

問い合わせ／介護福祉課介護保険係（内線391）

福　祉

寝具乾燥サービスの実施

在宅の寝たきり高齢者（おおむね65歳以上）と重度の身体障がい者の方へ、無料の寝具乾燥を行います。

実施期間／10月3日～ 10月31日

申込期限／ 10月7日まで

申し込み・問い合わせ／介護福祉課高齢者福祉係（内線288・411）

産　業

安全な農作業を心がけましょう

毎年、秋の農作業時期には、農作業事故が多く発生しています。農業機械を使用した作業をするときは、次の点に十分注意して、安全な作業を心がけてください。

●農業機械で路上を通行する際は、他の車両や歩行者に注意するとともに、路肩に寄りすぎないようにしましょう。

●作業を行う際は、機械の周りに子供や他の作業者がいないかなど、周囲の安全を確認しましょう。　●機械の点検は、必ずエンジンを止めた状態で行いましょう。　●安全フレーム付トラクターでのシートベルト着用と、圃場を出る際のブレーキペダルの連結確認を徹底しましょう。　●農作業では、疲労を感じながら作業を続けると集中力が低下し事故につながりやすいので、頻繁に休憩を取るようにしましょう。

問い合わせ／農政課農業振興係（内線248）

講座・お知らせ

融雪施設設置資金の融資

市では、融雪施設を設置しようとする市民の方に対し、その設置に必要な資金を融資します。

対象者／●自らの土地および住宅を所有し、居住の用に供するために融雪施設を設置しようとする方　●賃貸住宅、共同住宅等およびその敷地の所有者で、入居者のために融雪施設を設置しようとする方　●賃貸住宅、共同住宅等の入居者で、その敷地及び家屋の所有者（貸主）の同意を得た方　●市税等を滞納していない方

対象となる融資施設／●ロードヒーティング　●融雪槽（機）

融資限度額／100万円以内

※申請額が予算枠に達したときは、その時点で終了します。

融資金利／無利子

償還期間／5年以内

償還方法／元金均等月賦償還

申込期間／10月31日まで

工事完了期限／11月30日

※申込用紙や保証措置などの詳細は、係までご相談ください。

申し込み・問い合わせ／土木管理課管理係（内線379）

17日から23日は秋の行政相談週間

役所、JR･NTT･JTや公庫･公団などの特殊法人の仕事について、皆さんの苦情や意見・要望をお聞きし、その解決や実現の促進を図りながら行政運営の改善に反映させていこうと、行政相談を実施しています。皆さんからの相談は、総務大臣から委嘱を受けた行政相談委員が個別に応じます。相談は無料で、秘密は守られます。

○定例行政相談

日時／毎週金曜日 9時～ 12時

場所／網走市本庁舎2階市民相談室

○特設行政相談

日時／ 10月18日 9時～ 12時

場所／エコーセンター

濤沸湖自然観察会

網走市と小清水町にまたがる濤沸湖がラムサール条約登録湿地となって6年。両市町の子どもたちに、植物や昆虫など自然環境と親しむことを通じて、湿地保全の大切さを学んでもらおうと濤沸湖自然観察会を開催します。

日時／10月16日 8時30分～12時（網走市役所本庁舎よりバスで移動します。）

場所／濤沸湖（白鳥公園）と周辺域

対象／小学生以上の方（小学2年生以下の児童は必ず保護者同伴）

持ち物／防寒衣、動きやすい靴で帽子、ペン、双眼鏡を携行してください。

参加料／無料

申込期間／10月12日まで（定員（30人）になり次第締め切ります。）

申し込み・問い合わせ／生活環境課（内線342）

祝日は資源物収集を休みます

10日（祝日）は資源物収集を休みますので、この日が資源物収集の地区は、次の収集日に出してください。

問い合わせ／生活環境課清掃リサイクル係（内線233・297）

野犬の捕獲を実施します

畜犬取締り及び野犬捕獲等に関する条例に基づき、野犬の捕獲を行います。

捕獲期間／10月1日～平成24年3月31日

捕獲方法／捕獲器および麻酔銃による捕獲、掃討

※つながれていない飼い犬は、野犬とみなして処分することがあります。

※飼い主の不明な犬を捕獲した時は、係留して市役所1階の告示板に2日間告示します。

問い合わせ／生活環境課環境対策係（内線405）

野外焼却は禁止されています

家庭などから出たごみを焼却していませんか？法律の基準に従わない野外での廃棄物焼却には厳しい罰則が適用されます。野外焼却は、煙、すす、悪臭により周囲の人に迷惑をかけるだけでなく、ダイオキシン類や塩化水素などの有害物質発生の原因となります。

【野外焼却Q＆A】

Q家庭のごみをドラム缶や簡易焼却炉で燃やすのは？

A罰則の対象です。家庭のごみは分別方法に従い、適切に分別して出しましょう。

Q事務所から出る弁当がらや紙くずなどごく少量のものを簡易焼却炉で燃やすのは？

A燃やす量にかかわらず罰則の対象です。事業者は、事業所から出るごみは自らの責任で適切な処理業者に処理を委託してください。

処理基準を満たさない焼却の例／土場、ドラム缶、簡易焼却炉などでの焼却がこれに当たります。

廃棄物の焼却禁止違反／5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金、またはこれらの両方が科せられます。

問い合わせ／生活環境課環境対策係（内線340）

保険・年金・税

社会保険料控除証明書を送ります

平成23年中に納めた国民年金保険料の控除証明書を11月または平成24年2月に送ります。年末調整や確定申告の際に、国民年金保険料について社会保険料控除の適用を受ける場合は、「領収書」か「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」の添付が義務付けられていますので、大切に保管してください。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」に記載されている月分以外の保険料を12月31日までの間に納付した場合、平成23年の分として申告できます。その際は、後から納付した保険料の「領収書」の添付も必要です。

11月の送付対象者／平成23年1月1日から平成23年9月30日までの間に国民年金保険料を納めた方

平成24年2月の送付対象者／平成23年10月1日から平成23年12月31日までの間に今年初めて国民年金保険料を納めた方　※11月に送付した方には、平成24年2月には送りません。

問い合わせ／北見年金事務所
☎0157-25-9635

国民年金保険料を納めましょう

国民年金保険料の納め忘れはありませんか。平成23年度の国民年金保険料額は、1カ月15,020円です。納めた国民年金保険料は「社会保険料控除」として全額が控除の対象となり、税金の負担が軽減されます。まだ納付がお済みでない方は、お近くの金融機関またはコンビニエンスストア等で保険料を納付してください。

保険料についてご不明な点がありましたら、北見年金事務所までお問い合わせください。

問い合わせ／北見年金事務所
☎0157-25-9635

国民健康保険証の更新

新しい国民健康保険証は、市役所での窓口交換を指定する世帯（別途案内します）を除き、10月中旬に簡易書留郵便で送りますので、受け取りの際は受領印をご用意ください。不在の場合は郵便局で一定期間保管され、期間内に郵便局で受け取ることができます。今お持ちの保険証は平成23年10月31日まで使用できますが、受け取り後は、必ず古い保険証を破棄し、新しい保険証を使用してください。

新しい保険証の有効期限は平成24年10月31日ですが、後期高齢者医療制度へ移行する方や退職者医療制度に該当しなくなる方がいる世帯へは、異なる有効期間の保険証を送ります。通常より有効期間の短い保険証ですが、有効期限終了前には新しい保険証を送りますのでご安心ください。

保険証を受け取った際は、必ず住所・氏名・生年月日・有効期限等の記載事項を確認してください。記載事項に疑問がある場合や、保険証が届かない場合はお問い合わせください。

問い合わせ／保険年金課医療保険係（内線228・259・408）

10月は、市道民税第3期・国民健康保険料および後期高齢者医療保険料の第4期の納期です。

10月は徴収強化月間

市税および国民健康保険料、後期高齢者医療保健料を納め忘れている方は、網走信金「市役所出張所窓口」か市内金融機関で至急納めてください。

また、文書や電話で何度も催告を受けているにもかかわらず、そのまま放置している方は、他の納税者との不公平を無くすため、財産や給料の差押を実施しますので、特別な事情のある方は早めに納税相談を受けてください。

夜間納入窓口のお知らせ

期間／10月27日・28日・31日
17時30分～20時

場所／網走市役所2階税務課納税係

※各種証明書の発行はできません。

※18時以降は、庁舎南5条側入口よりお入りください。

問い合わせ／税務課納税係（内線309・337）

エコーだより

みんなの元気！

市民の「元気な活動」の情報を掲載しています。

イベント

金 美齢氏　講演会「次代に伝えたい 美しい日本の心」

テレビを始め各種メディアにおいて、幅広い分野にわたり様々な提言を行っている金美齢氏を講師に迎え、網走初の講演会を開催します。

●**とき**　10月28日（金）▶午後６時30分（開場 午後6時）　●**ところ**　網走市民会館▶大ホール　●**入場料**　無料（但し、整理券が必要です。）

●**整理券取扱所**　オホーツク総合振興局・網走市役所案内・エコーセンター・網走市民会館・網走総合体育館・網走商工会議所・まちプラ・網走バスターミナル・網走青年会議所事務局

●**問い合わせ**　（社）網走青年会議所（月曜～金曜日　午前10時～午後４時 ☎44-6751）

第34回 女性センターフェスティバル

女性センターを利用している団体・サークルが日頃の活動の成果をみなさんに披露します。

10月15日（土）午前10時～午後３時

●**ところ**　網走女性センター(南３西３)

●**内　容**　【　】は団体名です

◀1階▶

【網走友の会】 お赤飯販売（240食）

【新日本婦人の会】 自然に優しいシャボン製品、うどん･まぜごはん（各50食）

【母親連絡会】 かんてんゼリー・削り節販売、資料展示、通宝のり販売

【Ｉ女性会議】 三陸海産物販売・ハイム石鹸

◀2階▶

【レーザークラフトクラブ】 革作品(バック・小物)展示・販売

【新日本婦人の会】 各サークル紹介、作品展示・販売、手編み体験会

【花砂丘の集い】 短歌作品の短冊展示

【茶道裏千家淡交会網走支部オホーツク青年部】 午前11時：お茶席（お茶席代　200円）※お菓子が無くなり次第終了。

【網走友の会】 環境にやさしい生活資料展示

◀3階▶

【新日本婦人の会／絵手紙教室】 作品展示・絵手紙体験教室

※道具は用意します。どなたでも参加できます。

ミニコンサート　２階で実施

【フルート同好会Ａｎｄａｎｔｅ】 フルート・リコーダー演奏　午前11時～

【岳風会網走支部～詩吟～】 午前11時30分～

●**駐車場**：センター前は駐車禁止。（南2西3　auショップ駐車場となりの元市営駐車場､又はエコーセンター2000の駐車場をご利用ください）

●**問い合わせ**　網走女性センター　☎43-2905

網走市立第三中学校吹奏楽部 第５回定期演奏会

今回は第５回目を記念して、第２部にＯＢ演奏を企画しています。お楽しみに！

●**とき**　10月30日（日）▶午後６時（開場 午後５時30分）　●**ところ**　網走市民会館▶大ホール　●**入場料**　300円（小学生以下無料）　●**問い合わせ**　網走第三中学校　☎44-8738

募集

女性☆こころのケア講座（全12回） ＤＶサポート　トーキングプレイス

ＤＶ・トラウマ・モラルハラスメント・喪失など、こころの傷つきについて考えながら学ぶ、女性限定の講座です。途中回からの参加・スポット参加ＯＫ。昼・夜の開催です。

●**とき・内容**　昼：午後1時　夜：午後６時　①10月11日(火)「～世間の枠と私らしさ」　②10月25日(火)「～支配される人間関係とトラウマ」

●**ところ**　北コミュニティセンター▶２Ｆ和室４　●**参加料**　各2,100円　●**問い合わせ**　社会福祉士　山田さん　☎080-6084-1919

mail dvtp@ezweb.ne.jp

HP http://www.dvtp.net/

―シリーズ･･･社会教育委員の目―

知っていますか？社会教育委員⑪

7月に社会教育委員の研修会がありました。今回のテーマは「子育て支援」についてでした。どこの市町村でも「お願い会員」「まかせて会員」の登録など、言い方は違っても市町村で工夫をしながら支援しているようです。（ちなみに網走市の子育てサポートセンターでは「依頼会員」「協力会員」です）子育てというイメージは、どちらかというと民生児童委員や保育士、保健師など、そして図書館の読み聞かせなどが浮かんでしまい、本来は０歳～高齢者までが社会教育ではあるけれど、実践としては難しいという話も多く、社会教育委員としての関わりというと・・・と参加者も悩んでいました。でも子育てって、お母さんのお腹の中にいる時には始まっているし、生まれてからは一生続くものではないでしょうか。一応の区切りとしては社会人になるまでと考えてもいいですよね。ある人が、高校生に「大人って何?」と聞かれて言葉につまってしまったそうです。そう、皆さんは「大人」ってどんな人だと思いますか?

社会教育委員　Nさん

エコーだより

まちの元気！

社会教育各施設からの情報です。

美術館から

Tel 44−5045　Fax 44−5062

10月の休館日
３日(月)、17日(月)、24日(月)、31日(月)

【特別企画展】
オホーツクにこんな画家がいた
生誕100年　居串佳一展

●**とき**　９月10日(土)　～11月６日(日)　▶午前９時～午後５時　※祝日の10/10(月)、11/３(木)は臨時開館します。●**ところ**　網走市立美術館▶全館（第１～４展示室）

●**観覧料**　高校生以上500円、小中学生250円(20名以上の団体は高校生以上400円、小中学生200円)
※市内小中学生は土曜日無料

関連事業
◆当館学芸員による作品解説会
土曜日▶※10月１日　午後１時30分～３時▶10月15日・29日　11月５日　午後２時～３時（※10月１日の回は平成23年度「あばしり学」講座との連携開催になります）

エコーだより「みんなの元気!」では、市民みなさんからの様々な社会教育活動をお知らせしています。募集記事など掲載してほしい情報をおよせください。
原稿締切日は
11月号は９月30日(金)
12月号は10月31日(月)です。
エコーセンター2000内社会教育課
生涯学習係　☎４３−３７０５

総合体育館 市民プールから

Tel 43−3647　Fax 43−3550

10月の休館日(体育館・プール)
３日(月)、11日(火)、17日(月)、24日(月)、31日(月)

「体育の日」体育施設無料開放

「体育の日」に体育施設を無料開放いたします。体を動かしてみませんか。

■**とき**　10月10日(月・祝：体育の日)
■**ところ・内容**　**【総合体育館】**
時間：午前９時～午後５時
▶室内運動靴を持参してください。
【市営テニスコート】
時間：午前９時～午後５時
▶利用する場合は総合体育館事務室にて受付を済ませてください。
【市営陸上競技場】
時間：午前９時～午後５時
▶個人利用(10名以下)で備品を利用する場合の備品使用料は無料です。利用する場合は総合体育館事務室にて受付を済ませてください。
―以上の問い合わせ先―
網走市総合体育館(TEL43-3647)
【市民プール】
時間：午前10時～午後５時（ただし、遊泳時間は午後４時30分まで）▶**問合いわせ**　市民プール(☎43-0450)
【すぱーく網走(屋内ゲートボール場)】
時間：午前９時～午後５時▶**問い合わせ**　すぱーく網走（☎43-3140）

オホーツクドーム利用調整会議のお知らせ

オホーツクドームの利用調整会議を行いますので利用を希望するチームの代表者は出席を願います。平成23年11月１日(火)～平成24年１月31日(火)までの3カ月間、練習及び大会、イベントについて調整します。なお、調整は市内のチームを優先します。市外のチームにつきましてはご希望に添えない場合がありますので、ご了承ください。

●**とき**　10月20日(木)▶午後６時30分～　●**ところ**　網走市総合体育館▶会議室　●**問い合わせ**　オホーツクドーム（☎48―3621）▶オホーツクドーム指定管理者㈱オピス（☎61-0880）

北方民族博物館から

Tel 45−3888　Fax 45−3889

10月の休館日
３日(月)、11日(火)、17日(月)、24日(月)、31日(月)
開館時間　午前９時～午後５時

【第26回　北方民族文化シンポジウム】
環境変化と先住民の生業文化
～陸域生態系における適応～

●**とき**　10月１日（土）、２日（日）▶午前９時30分～午後４時　●**ところ**　エコーセンター2000▶２階大会議室　●**参加料**　無料

【親子講習会】
親子で楽しむ
カムチャツカ風サケ料理

●**とき**　10月８日（土）▶午前10時～正午　●**定員**　25人　●**参加料**　100円(保険料)　●**持ち物**　エプロン、三角巾

【北海道博物館紀行】
オホーツクミュージアムえさし
「琥珀（こはく）をみがいてみよう」

●**とき**　10月15日（土）▶午前10時～正午　●**定員**　30人　●**講師**　高畠 孝宗氏（オホーツクミュージアムえさし学芸員）　●**参加料**　無料
●**持ち物**　エプロン、手ふきタオル

平成23年度
オホーツク・文化交流センター 芸術文化事業

清塚 信也　ピアノリサイタル

あのＮＨＫ大河ドラマ「龍馬伝」紀行テーマや人気ドラマ「のだめカンタービレ」玉木宏氏演じる「千秋真一」の吹き替え演奏をした、今最も注目を集めるピアニストです。

●とき　10月27日（木）▶午後７時（開場 午後６時30分）　**●ところ**　エコーセンター2000▶エコーホール　**●入場料**　一般2,000円、高校生以下1,000円（当日券500円増）※未就学児の入場はご遠慮願います。※前売り券が完売の場合、当日券はありません。　**●チケット取扱所**　キタノ靴店、ふくや楽器、フジヤ書店、ブーランジェリープーブー、市民会館、市役所売店、エコーセンター2000　**●主催**　オホーツク・文化交流センター　**●問い合わせ**　社会教育課生涯学習係

トルヴェール・クワルテット サクソフォン コンサート　in　網走

日本が世界に誇るサックス四重奏団！超絶なテクニック、ハーモニーをお楽しみください！！

●とき　11月11日（金）▶午後７時（開場 午後６時30分）　**●ところ**　エコーセンター2000▶エコーホール　**●入場料**　一般2,500円、高校生以下1,000円（当日券500円増）※未就学児の入場はご遠慮願います。※前売り券が完売の場合、当日券はありません。　**●曲目**　「マイ・フェバリット・シングス」ほか　**●チケット取扱所**　キタノ靴店、ふくや楽器、フジヤ書店、ブーランジェリープーブー、市民会館、市役所売店、エコーセンター2000　**●主催**　オホーツク・文化交流センター　**●問い合わせ**　社会教育課生涯学習係

図書館から
Tel 43−2426　Fax 45−2792

10月の休館日
３日（月）、10日（月・祝）、11日（火・祝日振替）、17日（月）、24日（月）、28日（金）▶図書整理、31日（月）

今月の展示棚

●知りたい健康
～病とどう向きあうか～
▶10月１日（土）
～15日（土）

●読書の本
▶10月16日（日）
～30日（日）

●ハッピー・ハロウィーン
▶10月１日（土）
～30日（日）

●網走ロケ地紀行
（２階地方資料コーナー）
▶10月１日（土）
～11月29日（火）

読み聞かせ会

●とき　毎週土曜日（10月1・8・15・22・29日）▶午後２時～　**●ところ**　図書館おはなし室▶えほんのもり　**●よみて**　▶1日・29日：紙芝居サークル玉手箱
▶８日・22日：読み聞かせ会ハイジ
▶15日：人形劇団たんぽぽ

０歳からのおやこで楽しむ よみきかせ会

●とき　毎月第４水曜日：10月26日▶午前10時～10時30分　**●ところ**　図書館おはなし室▶１階えほんのもり

対面朗読サービス日

●とき　10月12日（水）▶午前10時～午後３時（ただし、昼食時間を除く）、26日（水）▶午前10時～正午　**●ところ**　図書館▶２階対面朗読室　**●申し込み**　前日までにお申込みください。

郷土博物館から
Tel 43−3090　Fax 61−3020

10月の休館日
３日（月）、10日（月・祝）17日（月）、24日（月）、31日（月）

月と木星と 夏・秋の星座を見る会

木星や天王星・海王星、アンドロメダ大星雲などを楽しめます。

●とき　①10月２日（日）▶午後８時～10時　②10月31日（月）▶午後６時～８時　**●ところ**　博物館前庭　**●参加料**　無料　**●雨天**　館内で学習会を開催します。　**●申し込み**　当日、会場で受け付けます。

湖の鳥観察会

湖で休む渡り途中のカモやシギ等の水鳥たちを観察します。

●とき　10月8日（土）▶午前９時～正午　**●ところ**　涛沸湖（博物館集合）　**●定員**　25人　**●雨天**　博物館内で「スライドによる網走の野鳥」を開催します。　**●参加料**　無料　**●申し込み**　前日までに博物館

呼人半島の自然観察会

秋の呼人半島には様々なカモ類が訪れ、遊歩道沿いの木々には実がたわわになっています。

●とき　10月29日（土）▶午前９時～正午　**●ところ**　呼人半島（博物館集合）　**●定員**　25人　**●参加料**　無料　**●雨天**　館内で学習会を開催します。　**●申し込み**　前日までに博物館

エコーだより

まちの元気！

社会教育各施設からの情報です。

エコーセンター2000から

Tel 43−3705　Fax 45−0733

各イベント、講座のお申し込み・お問い合わせは、月曜日から金曜日までの午前9時～午後5時までに社会教育課生涯学習係(2階事務室)☎43−3705へお願いします。

※毎週月曜日は休館日です。ただし、月曜日が祝日もしくは振替休日の時は開館いたします。

網走市民てづくりすと講座

森川さんのプリザーブドフラワー教室

基本的な知識から、実際に加工済みの花材を使いアレンジします。

●とき　10月15日(土)▶午後１時～３時　**●ところ**　エコーセンター2000▶２階交流室Ｃ　**●対象**　市民　**●定員**　20人　**●教材費**　2,500円　**●講師**　森川 一枝子さん　**●持ち物**　作品を持ち帰る袋　**●申し込み・問い合わせ**　10月３日(月)午後５時までに社会教育課生涯学習係※定員を超えた場合は抽選します。▶ＦＡＸ可

募集しています

網走市民大学講座受講生募集

第４講座　**10月６日(木)**

津軽三味線の真髄

旅のじょんから 笑わせます。
津軽三味線最高峰の生演奏が聴けます。平成最後の旅芸人としての話芸もお楽しみください。

津軽三味線伝承者

高橋　祐次郎　氏

第５講座　**11月４日(金)**

神話と伝承文化のコスモロジーと霊性のネットワーク

独特の切り口で語る「日本的精神性」とは。

京都大学
こころの未来研究
センター教授

鎌田　東二　氏

※本講演は(財)上廣倫理財団のご協力をいただいております。

●講演時間　午後６時30分～８時15分　**●会場**　エコーセンター2000▶２階大会議室　**●受講方法**　１講座1,000円　※当日直接２階大会議室受付までお越しください。　**●問い合わせ**　網走市民大学事務局(エコーセンター2000内)　☎43-3705

道民カレッジ連携講座

第16回暮らしいきいきフォーラム

「男の居場所・女の居場所」～子育て前線、家族の今日的事情～

日本の家族形態の変化や他の国の家族形態、また、家族と家庭の考え方について考え、社会で子どもを育てる条件づくり、施策など地域の子育て支援について等お話していただきます。

●とき　10月13日(木)▶午後６時30分～８時15分　**●ところ**　エコーセンター2000▶２階大会議室　**●講師**　河野 和枝氏(北星学園大学　准教授)　**●対象**　興味のある方どなたでも　**●定員**　120人　**●参加料**　無料(ご希望により託児を用意いたします。ご希望の方は10月7日(金)までお申し込みください。)　**●共催**　暮らしいきいきフォーラム実行委員会、網走市教育委員会　**●申し込み・問い合わせ**　社会教育課生涯学習係

イベント情報

一般公開 第31回網走市寿大学祭

寿大学は65歳以上の学生が、教養講座やクラブ活動などを通じて仲間づくりや教養を深めています。今年も全てのクラブが一年間の日頃の学習成果を披露します。家族や友人、知人だけでなく、広く市民の方々にもご来場いただきたくご案内いたします。

■エコーホール(ステージ発表)　茶道・舞踊・民謡・詩吟・カラオケ

■展示室（展示）　園芸・短歌・書道・手芸　**●とき**　10月５日(水)▶午前10時～午後２時30分　**●ところ**　エコーセンター2000▶１階エコーホール・展示室　**●入場料**　無料　**●問い合わせ**　社会教育課生涯学習係

アトリウムロビーコンサート

網走はなます女声合唱団

女声団員総勢26名で歌います。

●とき　10月８日(土)▶午前11時30分～　**●ところ**　エコーセンター2000▶アトリウムロビー　**●曲目**　「からっぽ、サラリ」ほか　**●入場料**　無料　**●問い合わせ**　社会教育課生涯学習係

クラリネットアンサンブル奏楽 ～ｓｏｌａ～

０才から楽しんで参加できるコンサートです。

●とき　10月16日(日)▶午前10時30分～11時15分　**●ところ**　エコーセンター2000▶アトリウムロビー　**●曲目**「マル・マル・モリ・モリ!」ほか　**●入場料**　無料　**●問い合わせ**　社会教育課生涯学習係

網走市観光名刺の写真を募集しています

網走市では、来年作成予定の網走市観光名刺に使用する写真（市内撮影のものに限ります）を募集します。応募作品はデジタルデータを基本とし、フィルム写真などはスキャナーなどでデジタルデータ化してください。テーマは春・夏・秋・冬・その他から、１人５点までとします。

受付期限は平成24年2月15日までです。写真が採用された方については、後日事務局より連絡します。応募の詳細は**旅なび!網走**（http://abashiri.jp/tabinavi/）をご覧ください。

問い合わせ／観光課観光振興係（内線243）

シグナル－signal－

■秋の輸送繁忙期の交通安全運動■
10月15日(土)～10月24日(月)

【運動の重点】

○過労・過積載・過密な運転の防止とスピードの出し過ぎなど無謀運転の防止
○高齢者の事故防止・夜光反射材の普及
○飲酒運転等、悪質・危険な運転の追放
○全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

◎10月中の事故防止ポイント◎

※運転者の皆さんへ※

夕暮れから夜間にかけて、歩行者や自転車との事故が多発する傾向にあります。事故の主な原因は、暗さから見通しが悪化することによる歩行者や自転車の発見の遅れによるものです。交差点だけでなく、直線道路であっても横断しようとする歩行者などを早期に発見するため、スピードダウンを心がけましょう。
特に右側からの横断歩行者などを見落としがちになりますので、注意してください。

※歩行者・自転車利用者の方へ※

車のライトは明るく見えますが、あなたの姿は明るくありません。夕暮れ以降に外出する時には、できるだけ明るい色の服を着るとともに夜光反射材を身につけ、ドライバーに自分の存在をアピールしましょう。また、夜間自転車に乗るときは、必ずライトを点灯しましょう。

人のうごき

人口	38,966人	（－37）
男	19,217人	（－25）
女	19,749人	（－12）
世帯	18,508世帯	（－21）

平成23年8月末現在（前月比）

網走市交通事故状況

平成23年９月12日現在
累積件数（網走警察署提供）

■発生件数	56	件
（前年比	－８	件）
■死　者	１	人
（前年比	＋１	人）
■傷　者	64	人
（前年比	－７	人）

広報 あばしり

平成23年10月号　No.626

発行／網走市
編集／企画調整課広報広聴係
〒093－8555
網走市南６条東４丁目
☎ 0152－44－6111
FAX 0152－43－5404
Ｅメール
ABA-SITYOU@city.abashiri.hokkaido.jp
網走市ホームページアドレス
http://www.city.abashiri.hokkaido.jp/

この広報紙は再生紙を使用しています。

10月の相談日

弁護士法律相談　～法的な解決手段を要するお困りごとなど～
25日(火)9時～11時　※要予約(受付は電話のみ。定員になり次第締め切り)
※予約受付 11日(火)･12日(水)８時45分～17時30分　企画調整課広報広聴係(内線218)

暮らしの相談　～日常生活でのお困りごとなど～
21日(金)9時～12時　本庁舎２階市民相談室

人権相談　～いじめや差別・いやがらせ・DVなどの人権問題～
12日(水)･26日(水)13時～15時　本庁舎２階市民相談室

行政相談　～役所や公庫・公団などの特殊法人への苦情・意見など～
毎週金曜日 ９時～12時　本庁舎２階市民相談室

年金相談　～国民年金のことなど～
４日(火)10時～16時30分　エコーセンター２階会議室
※次回は11月8日に実施します。予約制ですので、10月11日以降に予約してください。
予約受付・問い合わせ／☎0157-33-6007（北見年金事務所）

健康相談　～健康管理・栄養管理のことなど～
月～金曜日 9時～16時　保健センター　☎43-8450

女性相談　～女性が抱える悩みごとなど～
月～木曜日 9時～17時　子育て支援課こども家庭係（内線231）

ひとり親相談　～ひとり親家庭の生活・就労・母子貸付金など～
火～金曜日 9時～16時　子育て支援課こども家庭係（内線231）

公害苦情相談　～異臭・騒音などの公害への苦情～
月～金曜日 9時～17時　生活環境課環境対策係（内線340）

労働相談　～労働条件・職場環境のことなど～
月～金曜日 9時～17時　商工労働課商工労政係（内線292）

消費生活相談　～悪質訪問販売・クーリングオフのことなど～
月～金曜日10時～16時　ふれあい活動センター　☎44-7076

電話少年相談　～青少年の非行に関する悩みごとなど～
月～金曜日 9時～17時　社会福祉課庶務係（内線235）

スクールカウンセラー　～学校での悩みごとへの心のケアなど～
毎週金曜日・隔週木曜日10時～16時　西庁舎相談室　※予約が必要です。
予約受付・問い合わせ　管理課学務係（内線406）

家庭児童･教育相談　～いじめや不登校など、家庭・子どもに関する悩みごと～
月～金曜日 9時～17時　家庭児童･教育相談室　0120-783387

心の健康相談　～不眠･アルコールや薬物依存･認知症･うつ病･統合失調症など～
7日（金）　13時30分～15時30分　網走保健所健康相談室（次回は11月4日です）
予約受付　網走保健所　☎41－0697　※要予約（前月最終金曜日まで）

思春期相談　～心や身体の悩み・不登校・ひきこもり・家庭内暴力など～
26日（水）　15時～17時　網走保健所健康相談室
予約受付　網走保健所　☎41－0697　※要予約（24日まで）

不動産無料相談　～土地・建物に関するお困りごとなど～
24日（月）13時30分～15時（相談場所は北見です。電話相談も可です）
※要予約（予約は平日9時～17時に電話で受け付けています。受付は前日まで）
相談・問い合わせ　北海道宅地建物取引業協会北見支部　☎0157-61-1565

交通事故巡回相談　～交通事故での困りごとなど～
６日（木）13時～16時（巡回面接相談）
20日（木）13時～16時（巡回面接相談）
オホーツク総合振興局交通事故相談所　※要予約（相談日の週の月曜まで）
相談・問い合わせ　オホーツク総合振興局地域振興部環境生活課　☎41-0783

10月の休日当番病院

日	内科	外科
2	**角谷こどもクリニック** 潮見５　☎６１－２３３２	**網走中央病院** 南６東１　☎４４－８６１１
9	**後藤田医院** 新町１　☎４４－６８１１	**こが病院** 潮見153　☎６１－０１０１
10	**網走厚生病院** 北６西１　☎４３－３１５７	
16	**中山医院** 南２西１　☎４４－７２２７	**こが病院** 潮見153　☎６１－０１０１
23	**網走厚生病院** 北６西１　☎４３－３１５７	
30	**はまむき医院** 南５西４　☎４４－７３６５	**網走厚生病院** 北６西１　☎４３－３１５７

※急病や事故等による負傷のための診療ですので、一般の外来診療を受ける方はご遠慮ください。また、内科の診察時間は９時から17時までです。